



MON SAC POUR 6 MOIS EN AMÉRIQUE DU SUD



Vêtements

- Culottes + soutif + chaussettes x6
- Pantalons shorts x2
- T-shirts x3
- Veste de rando x1
- Sweat pour le soir x1
- Pyjama x1
- Survêtement confortable x1
- Maillot de bain x1
- Legging thermique x1
- Sous maillot merino x2
- Casquette, bonnet, gants, tour de cou
- Une doudoune
- Un kway haut + bas

Trousse de toilette

- Brosse à dents, dentifrice
- Brosse et élastiques
- Crème hydratante solide
- Savon + shampoing solide
- Déodorant solide
- Rasoir
- Stick lèvres solide
- Pince à épiler + petits ciseaux
- Médicaments habituels
- Trousse à pharmacie: paracétamol, gel hydroalcoolique, pansements, désinfectant, crème solaire, répulsif, baume du tigre rouge, mouchoirs en papier, médicaments du centre de voyage
- Nécessaire pour les règles



Électronique

- Chargeur de portable x2
- Batterie externe
- Écouteurs
- Adaptateurs de prise
- Rallonge/multiprise
- Lampe frontale + piles
- Steripen pour filtrer l'eau

Documents

- Passeport
- Ordonnance des médicaments
- Assurance voyage
- Carte bancaire x2
- Argent liquide
- Permis international + français
- Carnet vaccination





MON SAC POUR 6 MOIS EN AMÉRIQUE DU SUD



Sacs + chaussures

- ☐ Sac à dos 50 +6L
- ☐ Sac à dos 30L
- ☐ Tot bag x1
- ☐ Chaussures de rando
- ☐ Une paire de basket
- ☐ Une paire de claquettes
- ☐ Fine ceinture ventrale pour cacher les docs sous le tshirt
- ☐ Housse de transport sac à dos

Accessoires

- ☐ Une gourde + poche à eau 2L
- ☐ Une serviette microfibre
- ☐ Un masque pour le sommeil
- ☐ Un oreiller de voyage
- ☐ Un plaid
- ☐ Un rouleau de PQ
- ☐ Une couverture de survie
- ☐ Un carnet + stylo
- ☐ Un livre
- ☐ Lunette de soleil



Trucs pratiques

- ☐ Un cadena
- ☐ Fil + aiguille
- ☐ Savon de marseille + bouchon d'évier universel
- ☐ Corde + pinces à linge
- ☐ Tupperware pliable + couverts
- ☐ Couteau suisse
- ☐ Lingettes bébé
- ☐ Sacs congélations

